

Die Methode wingwave ist ein geschütztes Verfahren

Wir vereinen hier: Bilaterale Hemisphärenstimulation wie beispielsweise »wache« REM-Phasen (Rapid Eye Movement = schnelle Augenbewegungen) und auditive oder taktile links-rechts-Inputs zur schnellen Entstressung (limbische Stressregulation), Neuro-Linguistisches Programmieren für die erfolgreiche und gehirngerechte Zielplanung, den Myostatik-Test zur Erfassung Ihrer individuellen Muskelreaktion. Dieser Muskeltest ermöglicht die punktgenaue Planung von optimalen Coachingprozessen durch die Identifikation coachingrelevanter Stressauslöser.

wingwave und Forschung

wingwave ist bereits in Studien an der Universität Hamburg und der Medizinischen Hochschule Hannover erforscht worden. Hierbei hat sich gezeigt, dass schon zwei Stunden wingwave-Coaching Redeangst und Lampenfieber in Präsentations-Sicherheit und Auftrittsfreude verwandeln können.

Die Anwendungsbereiche

wingwave-Coaching wird in den Bereichen Business, Leistungssport, Pädagogik, Gesundheit sowie in Künstlerkreisen erfolgreich genutzt. Über 1500 Coaches setzen wingwave im deutschsprachigen Raum und in europäischen Ländern wie z.B.. Italien, Spanien, Serbien, Kroatien, Frankreich, Skandinavien sowie in den USA und in Russland in ihrer Arbeit ein.



Die Bedeutung des Namens

Der Wortbestandteil **wing** erinnert an den Flügelschlag des Schmetterlings, der das ganze Klima ändern kann, was gleichzeitig bedeutet, dass der wing für diese große Wirkung exakt an der richtigen Stelle ansetzen muss.

Diesen exakten Ansatzpunkt gewährleisten wir durch den **Myostatik-Test**. Zusätzlich verdeutlicht die Flügel-Metapher die große Bedeutung einer optimalen Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften für tragende Höhenflüge und auch erfolgreiche Landungen. Das **wave** stellt eine Assoziation zum englischen Begriff brainwave her, was sinngemäß tolle Idee oder Gedankenblitz heißt. Und genau diese brainwaves werden durch wingwave-Coaching

Kontakt

Marion Sallmann

Hauffstraße 10

50825 Köln

Tel. 0221 - 5 50 12 33

E-Mail: marion.sallmann@web.de

www.salomon-institut.de

wingwave Coaching

Erfolge bewegen

Blockaden lösen

Spitzenleistungen erzielen

Kurzzeit-Coaching

für alle Lebensbereiche



Was ist Emotions Coaching?

Bei dieser Art des Coaching geht es um Emotionen, die unsere Handlungsfähigkeit einschränken. Sowohl im beruflichen als auch privatem Kontext. Emotionen lassen sich nur sehr bedingt willentlich beeinflussen. Sie laufen automatisch ab - wie ein eigenständiges Programm. Jeder von Ihnen wird sicherlich schon einmal eine entsprechende Erfahrung gemacht haben: ob Ängste vor dem Fliegen, der Zahnbehandlung, großer Höhe, krabbelnden Insekten wie z.B. Spinnen oder vielleicht einem bevorstehenden Auftritt. Auch Gefühle wie Scham, Wut, Ärger, Hilflosigkeit, Ekel oder Genervt-Sein - sie überfallen uns einfach und entziehen sich jeder Kontrolle oder rationalen Bewertungen.

Wingwave - Erfolge beruhen auf neurologischer Forschung

In einer bestimmten Schlafphase (REM-Schlaf) verarbeiten wir alle emotionalen Erfahrungen des Tages. Wurden sehr eindrückliche oder auch belastende Erfahrungen gemacht, schafft unser System die Verarbeitung nicht mehr. Die Folge ist, dass sich ein „Müllhaufen“ von Emotionen im limbischen System anhäuft. Durch einfache Auslöser in der Außenwelt oder auch bei bestimmten Gedankengängen werden diese starken Gefühlsregungen aktiviert und schon hängen wir wieder am Fliegenfänger der Emotionen.

Eine Besonderheit dieser Emotionen ist, dass sie der Sprache nicht zugänglich sind. Kinder können z.B. bei starken negativen emotionalen Erfahrungen regelrecht verstummen. Erwachsene können ihre Zustände wenig erklären oder konstruieren Erklärungsmodelle. Die klassischen, auf Sprache basierenden Methoden lösen diese einschränkenden Zustände nur bedingt auf.

Ablauf eines Wingwave-Coachings

1. Thema abklären

Wo und wann genau treten einschränkende Erlebnisse auf?

2. Emotion bestimmen

Mit dem Myostatik-Test wird präzise die stressbelastende Emotion definiert.

3. Wingwave-Anwendung

Durch schnelle Links-Rechts-Augenbewegungen simulieren wir die verarbeitende Traumphase (REM=Rapid-Eye-Movement). Nach einem kurzen, gut aushaltbaren Kontakt mit der einschränkenden Emotion folgt die Phase der Entstressung - oft verbunden mit einer Empfindung von „Befreiung“.

4. Kontrolle

Überprüfung der Intervention mit dem Myostatik-Test.



Ich konnte in den vergangenen 20 Jahren die ersten Schritte, die Weiterentwicklung und Etablierung des Coachings erlebnisnah begleiten.

Wingwave und damit verbunden das Emotions-Coaching halte ich persönlich für eines der wertvollsten weiterentwickelten Elemente. Diese Art des Coaching führt meine Klienten in die Freiheit, erlöst von Beschränkungen und schafft kreativen Freiraum.

Marion Sallmann
wingwave-Coach

Individuelles wingwave-Coaching

Nutzen Sie für Ihre beruflichen und auch persönlichen Ziele wingwave-Coaching, ein Kurzzeitkonzept mit einer effektiven Kombination aus bewährten psychologischen Coaching-Elementen.